

МОЯТА СИЛА
ДИАГНОЗА ЗА ЦЯЛ ЖИВОТ

Écrier

МОЯТА СИЛА

Диагноза за цял живот

© Димитрина Шишкова, автор, 2024 г.

© Светлана Атанасова, художествено оформление на корица, 2024 г.

© Издателство „Екрие“, 2024 г.

ISBN 978-619-7507-89-8

ДИМИТРИНА ШИШКОВА

МОЯТА
СИЛА

ДИАГНОЗА ЗА ЦЯЛ ЖИВОТ

Издателство „Екрие“
София

ПРОЛОГ

Аз съм най-обикновен човек, също като читателите, които ще разтворят и прочетат „Моята сила“, въпреки че вярвам, че всеки от нас е необикновен посвоему. Написах книгата, защото само по този начин мога да се освободя емоционално от миналото. Преживях трудности, които промениха цялото ми същество и възприятие за мен самата, за хората около мен, за света изобщо. Описването на преживяното ми помогна с още една стъпка към опознаване на мен самата и подобряване на важните аспекти в моя живот. За щастие, заобиколена съм от хора, които притежават изключителна духовна сила. Те ме вдъхновиха да потърся своите изгубени ценности, да полагам ежедневни усилия, за да живея собствения си живот, както искам и чувствам. Преживените трудности и осъзнаване ми дадоха едно незаменимо спокойствие, че не трябва да се страхувам или ужасявам от трудните житейски обстоятелства, пред които ме поставя съдбата. Предизвикателствата в ежедневието, които срещаме понякога често, друг път по-рядко, ни водят по пътя и ни помагат да се трансформираме и открием силата да бъдем. Всеки, който прочете „Моята сила“, се надявам да усети и повярва, че има силата и способността да лекува ума и тялото си.

Повечето от нас, унесени в ежедневните си задължения, независимо дали са служебни или лични, пренебрегваме сигналите на своето тяло. Игнорираме дискомфорта и навлизаме във водовъртежа на негативни преживявания, а това почти винаги е фактор за нещо лошо. Със загубата на познатия си и спокоен начин на живот, сякаш неусетно губим себе си. Превръщаме се в посредствени хора с посредствено съществуване. Лека-полека започваме да променяме ценностните си критерии, самосъзнанието си, волята, самооценката, вижданията и убежденията си за действителността. Промяната на социалните фактори създава още по-сложни проблеми. Всичко това оказва най-силно негативно влияние върху психическо и физическо ни здраве. Неусетно целият ни свят рухва и се чувстваме така, сякаш пред нас има единствен път – път без изход.

Какво става обаче, ако съумеем да се отскубнем от клопката на негативното? Какво се случва с нас тогава, когато се почувстваме по-обичани, по-закриляни и по-подкрепяни и как тези емоции оказват влияние върху нас?

Душевната сила, която всички хора притежаваме, може да ни изправи на крака винаги, дори когато ни се струва, че целият ни свят е рухнал. Да! Нужно е време и търпение, за да възвърнем реалистичния си оптимизъм и здравословните си граници. Не трябва никога да пилеем дните и силите си в самосъжаление. Това само удължава времетраенето на вътрешната ни агония.

Вярвам, че семейството обединява хората. Семейството е най-голямата опора и най-голямото богатство, което имаме. Осмисля живота ни и ни дава онези сили да преодоляваме изпитанията на времето. Пожелавам ви да се чувствате в безопасност, да получавате нужната подкрепа, разбиране и

обич, за да се мотивирате, когато сте изправени пред непосилни за вас трудности.

Приятелите също са част от семейството. Верните приятели, които винаги ни подкрепят, когато имаме нужда от тях. Затова истинското приятелство е нещо, за което много хора си мечтаят. Трябва да ценим приятелите си, да им показваме и да им казваме, че те са важни за нас. В тази връзка споделям една много любима моя мисъл на Хелън Келър: „Бих предпочел да вървя с приятел в тъмното, отколкото сам в светлина!“.

Пожелавам си винаги да съм обградена от семейството и приятелите, които са до мен. Благодаря от все сърце, че ги има. Благодарение на тяхната обич и подкрепа, се чувствам по-силна и способна да устоявам на препятствията.

ГЛАВА ПЪРВА

ЗАГУБАТА НА ЗРЕНИЕ

Някъде в производствените помещения на фабриката, в която работеше, Ина стоеше и не можеше да разбере какво ѝ говори нейният работодател, г-н Кънев. Едва виждаше движенията на ръцете му, докато ѝ обясняваше нещо, свързано с подобрения в производствения процес. Главата ѝ кълтеше, ушите ѝ бучаха, краката ѝ трепереха. Ина полагаше огромни усилия да не се свлече на земята. Господин Кънев продължаваше да жестикулира и говори, но умът ѝ ни приемаше, ни предаваше, заради един-единствен въпрос, който я тормозеше в този момент: „Какво става с мен?“.

След известно време началникът спря да говори, обърна се и излезе от помещението. Останала сама, Ина вместо да изпита облекчение, че срещата е приключила и вече може да довърши задачите си за деня, не знаеше какво да прави и накъде да тръгне. Никога досега не се бе чувствала толкова уязвима. Нещо не беше наред с тялото ѝ, ала не разбираше какво. Въпреки че имаше световъртеж и трудно се ориентираше, реши, че ще е по-добре да събере сили и да се опита

да се добере до офиса. Тръгна по коридора напред, някой извика името ѝ, но тя беше толкова съсредоточена в пътя пред нея, че не можеше да се обърне назад. Вървеше, сякаш се движеше в тъмна пещера, макар че навсякъде беше добре осветено. Едва-едва се ориентираше, но не искаше да спре. Треперенето в краката ѝ се усили. Щом стигна и отвори вратата на производствената лаборатория, Ина седна със сетни сили на стола до входа. Главата я болеше толкова силно, че едва успя да види как едната лаборантка се приближи към нея:

– Ина, добре ли си?

– Да. Не много, май. Вие ми се свят – промълви тихо Ина. – Искам малко да си почина.

– Имаш ли нужда от помощ? – попита я жената.

– Не. Всичко е наред. Моля те, отивай и си действай по твоите задачи – подкани я Ина.

Лаборантката се отдалечи в другия край на помещението и продължи със служебните си задължения. Ина остана седнала още малко на стола. Имаше чувството, че това е лош сън. Трябваше да се събере, да се изправи и въпреки състоянието си, да стигне до своето бюро. Имаше още задачи за довършване преди да е приключил работният ден. Пое си няколко пъти дълбоко въздух и усети пронизваща остра болка в дясното око. Първосигнално изпита безпомощност и страх, не разбираше какво се случва, страхът се усилваше, но въпреки това се опита да стане от стола и да продължи напред.

Положи неимоверни усилия, докато успее да изкачи стълбите до втория етаж, където се намираше офисът на администрацията. Стигна до бюрото си, седна на стола и

погледна към монитора. Почти веднага силна болка отново прониза дясното ѝ око. Постепенно обхвана цялото ѝ лице и глава. Ина истински се изплаши, седеше неподвижно и не смееше да мръдне, вперила поглед към монитора. Колкото и да се опитваше да види екрана, не успяше, и това провокира усилването на страха ѝ да премине в паника. Търсеше обяснение за болката и треперенето на тялото си, не успяваше да се контролира, а това ѝ причиняваше допълнително страдание. Всичко се случи толкова неочаквано и най-страшното беше, че нямаше изглед скоро да спре.

В този момент в стаята влезе нейна колежка от счетоводството, която размахваше някакъв лист и ѝ показваше нещо, написано върху него. В състоянието, в което беше, Ина не успя да разбере нито казуса, нито какво искаше от нея колежката. Тя се помъчи да разчете написаното на листа, но усилията ѝ останаха без резултат. Тогава вдигна глава към жената, застанала до бюрото, погледна я и помоли тихо:

– Може ли да ми прочетеш какво пише?

При тези думи колежката ѝ я изгледа гневно, обърна се и многозначително напусна стаята. Разгневената жена дори не забеляза, че Ина не се чувстваше добре.

Останала сама, тя се помъчи да отвори един файл, за да направи плана за предстоящите почивни дни, но въпреки усилията, които полагаше, не успя.

В главата ѝ беше каша и паниката, която не я напускаше, още повече влошаваше нещата. Мислите ѝ станаха хаотични и не успяваше да се съсредоточи. Чудеше се как да постъпи в тази ситуация. Помъчи се наново да отвори файла – отново неуспешно. Тогава се сети, че може да потърси помощ от колежката си Анка. Бръкна в джоба на якето си и извади слуздебния телефон. Едва успя да налучка номера ѝ.

– Ало? – отговори Анка.

– Ани, моля те, ела спешно при мен – помоли Ина.

– Идвам веднага – отвърна бързо Анка, усетила напрежението в гласа ѝ. Двете работеха от години в една стая и с течение на времето се бяха сприятелили много.

Ина имаше чувството, че измина цяла вечност, докато пристигне Анка. Продължаваше да се визира в монитора на компютъра напразно, а една мисъл кънтеше в главата ѝ неспирно: „Трябва да довърша работата си“.

Анка нахлу в стаята, видимо притеснена, надвеси се над Ина и попита:

– Какво става? Наред ли е всичко?

– Чувствам се ужасно. Боли ме главата, цялото ми тяло трепери, не виждам нищо с дясното си око и вече съм към края на силите си. Трябва да направя планът за работа. Ще ми помогнеш ли? – отговори Ина.

– Кажй какво трябва да направя – отвърна Анка, готова веднага да помогне.

– Седни на моето място, отвори файла с плана за почивните дни и пиши, а аз ще ти диктувам.

След като свършиха със спешната задача, Анка помогна на Ина да седне отново на стола. Започна търпеливо да ѝ задава въпрос след въпрос, за да определи по-точно сериозността на състоянието ѝ. Накрая заключи, че Ина се нуждае час по-скоро от консултация с лекар. Помогна ѝ да набере телефонния номер на личната ѝ лекарка.

– Ало? – чу се глас от другата страна на линията.

– Здравейте, д-р Димитрова! Ина ви безпокои. Нещо се